

新竹市北區居家托育服務中心月刊

第 176 期

2022 · 02

發行單位：新竹市北區居家托育服務中心

發行人：彭雪貞

總編輯：劉惠菱、郭秀綢、江宜臻、孫楓棉、蔡宜珍

發行地址：新竹市和平路 142 號 6 樓

電話：03-5253282

傳真：03-5253283

網址：<http://www.mommybaby.org.tw>

E-mail:hcitca@gmail.com



北區居家托育服務中心公告

111 年 2 月份

※111/2/1(週二)~111/2/6(週日) 逢農曆春節休假日中心暫停服務，造成不便，敬請見諒。

正常上班日 111/2/7(週一)AM08:00~歡迎來電洽詢托育相關業務。

※2/26(週六)-2/28(週一)逢 228 休假日中心暫停服務，造成不便，敬請見諒。

正常上班日 111/3/1(週二)AM08:00~歡迎來電洽詢托育相關業務。

一、111 年在職研習及親職講座課程表，已於 1 月 20 日(三)寄出，請各位托育人員注意收信。

新竹市北區居家托育服務中心 111 年度 托育人員在職研習 課程表

報名日期	場次	上課日期	領域類別	課程名稱	上課人數	上課時間	上課地點
上半年度 111 年 02 月 20 日 (日) 報名時間 08:00	1	03/12(六)	一	(一)兒童權利公約及福利政策法規	80	09:00-12:00	中華電信新竹營運處 大會議室
	2		七	(七)遊戲及活動設計	80	13:00-16:00	
	3	04/09(六)	四	(四)嬰幼兒基本生活照顧	80	09:00-12:00	
	4		五	(五)兒童衛生及保健	80	13:00-16:00	
	5	05/07(六)	二	(二)嬰幼兒語言發展	80	★09:00-12:00	
	6	05/21(六)	六	(六)危機處理~基本救命術-A	80	★08:00-17:00	
	7	06/11(六)	三	(三)托育服務規劃及評估-A	80	09:00-12:00	
	8		八	(八)親子關係	80	13:00-16:00	
	9	06/18(六)	六	(六)危機處理~基本救命術-B	80	★08:00-17:00	

	10	06/25(六)	三	(三)托育服務規劃及評估-B	80	09:00-12:00	新 竹 市 中 正 路 105 號 九 樓
	11		一	(一)工作倫理與權益	80	13:00-16:00	
下 半 年 度	12	07/09(六)	四	(四)兒童保育	80	09:00-12:00	
	13		五	(五)兒童疾病預防及照顧-A	80	13:00-16:00	
111 年 06 月 19 日	14	08/20(六)	九	(九)身心社會健康	80	09:00-12:00	
	15		五	(五)兒童疾病預防及照顧-B	80	13:00-16:00	
(日)	16	09/03(六)	一	(一)托育契約-A	80	09:00-12:00	
	17		一	(一)托育契約-B	80	13:00-16:00	
報 名 時 間 08:00	18	09/24(六)	二	(二)嬰幼兒早期療育	80	09:00-12:00	
	19		七	(七)幼兒生活作息的規劃及生活自理能力的培養	80	13:00-16:00	
	20	10/01(六)	七	(七)行為問題及輔導	80	09:00-12:00	
	21		八	(八)教養方式	80	13:00-16:00	
	22	11/05(六)	六	(六)危機處理~基本救命術-C	80	★08:00-17:00	

新竹市北區居家托育服務中心 111 年度 親職(子)講座 課程表

場次	日期	講座主題	時間	上課地點
1	03/26(六)	律動紓壓	09:00~10:30	中華電信新竹營運處大會議室 (新竹市中正路105號九樓)
2	04/30(六)	食品安全與幼兒保健	09:00~12:00	
3	05/07(六)	動手做教具	★13:00~14:30	
4	10/15(六)	寶貝如何玩音樂遊戲	09:00~11:00	

1、課程報名方式：

★在職研習採網路報名：

報名分為二梯次，上半年度(03月~06月課程)於111/02/20(日)線上報名
下半年度(07月~11月課程)於111/06/19(日)線上報名

三區課程分流報名，時間如下：

北區課程：AM 08:00

東區課程：AM 08:30

香山區課程：AM 09:00

P.S. 三區課程表皆可於北區官方網頁查詢請多加利用

★親職講座採電話報名：

報名方式：**電話報名** 可代報名喔！

親職講座選一場，報名時間為

02月21日(一) AM09:00起~ 02月25日(五) PM16:00 截止報名。

2、在職研習注意事項：

線上報名時間將於近期公告於中心網站、line、FB及月刊。提醒您請務必定期查閱公告訊息。線上報名至網路顯示課程人數額滿為止。在職研習每年度需完成18小時(包含兩年一次8小時之基本救命術)，三年內需完成在職訓練實施計畫中之九大類課程，各類別至少3小時，請托育人員自行規畫並確實完成。

3、上課報到時間：

在職研習、親職講座請於開課前30分鐘至上課地點，辦理報到手續。

4、參訓時數證明：

開課30分鐘後截止簽到，超過截止時間進入會場，本中心將不給予參訓時數證明，不便之處敬請見諒。(親職講座不包含於在職研習之18小時時數內。)

5、課程取消/請假：

經報名後如遇不可抗拒之因素需異動參訓課程，請您於課程開課前一週電洽北區居家托育服務中心承辦人員辦理，若無告知請假或取消課程視同曠課乙次。

6、課程日如遇颱風等天災，經人事行政局公告休假日，課程將擇期舉辦，訊息將公告於北區居家托育服務中心網站。

※以上課程會因應疫情狀況隨時調整，如有不便請多多包涵。

二、111年一、二月資源中心暫停開放，中心會將繪本、教具盤點及消毒整理，感謝您今年的熱情參與。111年開放借閱時間會再公告通知謝謝大家!

三、托育人員注意事項：

- (1)收托幼兒第一天起，請盡快交出【托育人員意外責任保險同意書】，並回報訪視員。
- (2)一旦結束托育，請填寫【異動陳報表】以便辦理解除托育，並回報訪視員。
- (3)請托育人員自行檢閱目前收托幼兒之托育契約書是否到期，收托兒之契約書若已到期，請重新簽約後交回中心，讓訪視員執行登錄契約書內容。
- (4)為配合育兒津貼及其他津貼之發放，托育補助為當月撥款。
- (5)若家長申請托育補助，請托育人員詢問是否領有育兒津貼，若有領有新竹市育兒津貼，可請家長填寫新竹市育有未滿二歲兒童育兒津貼同意註銷切結書，並附上家長雙方身分證正反影印本。

四、托育費用由次月撥款改為當月撥款。

新竹市北區居家托育服務中心辦公室電話：(03)525-3282 傳真(03)525-3283

服務時間：週一至週五上午08:00~12:00、下午13:00~17:00

(新竹市和平路142號6樓~北區居家托育服務中心)

新竹市北區居家托育服務中心敬啟



好文分享

0~1 個月寶寶六大能力發展關鍵

出生第一個月的新生兒，除了喝奶，大多數的時間都在睡覺中渡過，雖然感覺寶寶都躺在床上，但是他們正在以自己的方式努力長大，爸爸媽媽可以這樣照護、觀察寶寶的發展。

本文重點摘要

- 一、粗大動作：應適度解開包巾束縛，讓寶寶活動四肢
- 二、精細動作：常跟寶寶握握手、拉小手舉高，加強手部力量
- 三、語言表達：寶寶哭泣時先觀察需求，安撫一下再抱抱
- 四、邏輯認知：多逗弄寶寶、多說話，有助大腦發展
- 五、社交互動：在寶寶面前晃動，他會更想張大眼看清楚你的模樣
- 六、生活自理：發展自然的尋乳與吸吮反射

剛出生的嬰兒體重超過 2,500 克，就被認為渡過了人生第一關。

健康嬰兒的標誌是：肌膚紅潤，富於彈性；哭聲響亮，手腳活動自如，儘管有時會哭一哭，但幾乎始終處於睡眠狀態。

出生第三天可能發生新生兒黃疸，皮膚出現黃疸，此種黃疸一般一週左右會自行消退。

出生第四至七天，有的嬰兒會出現泌乳現象，男嬰也可能出現這種現象，一般 2~3 週左右會消失。女嬰可能會出現假月經的現象，這與在子宮中從母體獲得的激素突然中斷有關，但這些現象會自行消失。

出生一週後，嬰兒的體重就會明顯增加，顯示出真正開始成長的姿態。

出生半個月後的嬰兒個體差異大，有的嬰兒非常安靜，這樣的嬰兒睡眠時間長，只有在十分饑餓時才醒來；有的嬰兒對外界的刺激敏感、自我表現能力強，他們表現得非常吵鬧、愛哭，稍微有一點聲音就會睜開眼睛，尿布濕了、肚子餓了，都會用大聲哭鬧表示不快。

一、粗大動作：應適度解開包巾束縛，讓寶寶活動四肢

剛出生的寶寶雖然都是躺在嬰兒床上，感覺上都在睡覺，但是他們卻是利用清醒的時間，努力地想要長大，他們會開始嘗試轉動頭部、抬起雙手，一方面訓練身體肌肉力量及動作控制能力，一方面努力地與這個世界互動、探索環境。

傳統我們會把寶寶雙手套上手套，害怕孩子把自己的臉抓花，但這卻限制了孩子雙手的活動練習，或是把孩子用包巾包緊緊，害怕受風著涼，更限制了寶寶雙腳動作及全身協調性的發展。適當地解開這些束縛，帶著寶寶手腳動一動，洗澡後帶著寶寶雙手拍一拍、雙腳踏一踏，都能誘發孩子的大動作發展，並且在互動中，寶寶更能感受父母的愛，將會讓親情的依附關係更健全。

【0~1 個月寶寶粗大動作發展】

1. 躺著時頭會向左右微微轉動。
2. 躺著時雙手會離床晃動。
3. 躺著時把身體轉身，頭部會跟著稍微轉動同一方向

二、精細動作：常跟寶寶握握手、拉小手舉高，加強手部力量

這麼小的孩子，手指頭還無法個別動作，頂多就只有握拳及放開動作，這就是「抓握反射」，當手心有物品刺激時，寶寶的手就會抓緊，雖然這是種原始反射，但是過程中訓練了手指頭的小肌肉力量，有助於將來自己能緊握奶瓶喝奶。

手指精細動作的基礎在於手肘、肩膀力量的穩定，仔細觀察，寶寶會沒有目的的想把雙手舉高或彎曲，像是在找大人遊戲，其實，這就是大腦想要成長的觀察指標，正顯示寶寶努力地想要建立全身完整的功能，讓自己更快融入這個世界。

常常跟寶寶「握握手」、帶著寶寶雙手舉高、帶著小手跟自己擊掌，可以幫助寶寶提升手部力量、動作更協調，並且這是寶寶學到的第一個遊戲，慢慢地你會發現，寶寶會期待跟你玩這些遊戲，並且在遊戲進行中發出笑聲。

【0~1 個月寶寶精細動作發展】

1. 雙手會對稱同時舉高、彎曲。
2. 會抓住手心的物品。
3. 手掌會不自主地張開、握緊。

三、語言表達：寶寶哭泣時先觀察需求，安撫一下再抱抱

語言的基礎在於發聲構造的健全，對於新生兒來說，「哭泣」是最好的語言練習，也是他們的第一項溝通工具。

哭泣時，不僅運用到聲帶，也能練習肺活量，而且，能吸引大人的注意與照顧，所以哭泣是寶寶與外界互動最好的工具。

仔細聆聽孩子的哭聲，不同的時候、不同的原因，哭聲是不一樣的，常見的肚子餓跟尿布濕，這兩個時機點的哭聲就會不同，但通常就只有照顧者才最能夠分辨。這也意謂，寶寶此時就具有「表達」能力，只是表達的方式我們無法完全了解。

寶寶哭泣時需要急著安撫嗎？如果沒有特殊狀況，不用急著將寶寶抱起來，可以先觀察他的反應與需要，輕拍安撫一下，等哭聲稍微變弱時，再給予擁抱，這不僅對寶寶的語言發展有幫助，而且有助於寶寶日後的獨立性發展，又不至於喪失安全感。

【0~1 個月寶寶語言表達發展】

1. 會有兩種不同的哭聲。
2. 舒服或愉快時會有聲音。
3. 不舒服的時候會哭泣，例如：飢餓或尿布濕等情況。

四、邏輯認知：多逗弄寶寶、多說話，有助大腦發展

寶寶一來到這個世界，就開始接受這個世界所給予的各種刺激，而大腦受到這樣的刺激，也開始想要認識、知道這些刺激的來源及意義。

但由於發展程度受限，頂多使用大肌肉搖晃身體，或是張眼、閉眼來與這些訊息互動，然後逐漸對於這些訊息體會喜歡或是厭惡，例如不喜歡肚子餓的感覺所以哭泣，喜歡大人的觸摸而張大眼睛或是笑出聲音，這都是認知能力的基礎。

要幫助這麼小的寶寶提升認知或邏輯思考能力，可以在逗弄他、抱他、跟他說話的過程中，讓孩子的大腦充分得到訊息刺激，進而大腦會與當下環境狀況連結，因而學習到，出現什麼刺激會帶來什麼結果，就好比他會知道，當媽媽抱著時就可以得到溫飽，所以，當媽媽一靠近，寶寶就開始笑了。

【0~1 個月寶寶邏輯認知發展】

1. 聽到聲音會晃動身體或張大眼睛。
2. 對大人的觸碰會感到興趣。
3. 眼前有物品晃動會感到高興。

五、社交互動：在寶寶面前晃動，他會更想張大眼看清楚你的模樣

人是群聚的動物，即使是剛出生也需要其他人的呵護，所以，寶寶從出生就開始練習與別人互動，雖然，此時他無法有很多主動的互動表現，但對於別人的接觸、動作，寶寶則會努力地給予回應，像是被拍拍就會安靜、被抱起來就會微笑等，都是一開始的互動能力。

這時候，寶寶的視力還沒有發展完整，雖然看不清楚人臉，但是對於我們在他面前晃動，會感到興趣，進而發出笑聲，或是張大眼睛想要看清楚，這是自然的反應。

此時，大人通常認為寶寶已經會跟大人互動了，然後就會更加逗弄寶寶，這是個美麗的誤會，但這樣的互動對寶寶的發展還是有幫助的。

【0~1 個月寶寶社交互動發展】

1. 被抱著會感到舒服、放鬆。
2. 會跟大人注視互望。
3. 從抱姿被放下時，會揮動手腳表現不安。

六、生活自理：發展自然的尋乳與吸吮反射

對新生兒來說，能夠維持自己生命就是最重要的生活自理能力了。因此，像是尋乳反射，當食物靠近嘴巴，寶寶會轉頭或伸舌頭靠近食物；吸吮反射，當有東西放入嬰兒嘴裡，他就開始吸吮、咀嚼等，都是為了能順利進食、獲取能量。

生活自理能力，也被稱為「身邊處理」能力，對於身邊的一切事務，是否都可以自己處理。關於新生兒的身邊處理能力，就是要先知道身邊有什麼，所以孩子會東張西望，不知道在看什麼，但在觀望過程中，就是藉由頭部的轉動以及視覺的訊息，來幫助大腦建立自己與空間的關係，對於下一階段的翻身、坐立等，都具有奠定基礎的重要性。

【0~1 個月寶寶生活自理發展】

1. 會伸舌頭或轉頭接近食物。
2. 喝奶時會有張嘴、閉嘴等類似咀嚼的動作。
3. 躺在床上眼睛會四處張望。

本文摘自《親子天下》
作者：張旭鎧職能治療師